

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

**PROGRAMOVÉ KOMPONENTY V KRASOBRUSLENÍ SE
ZAMĚŘENÍM NA SPOJOVACÍ PRVKY**

Diplomová práce

Vedoucí diplomové práce
Peadr. Marie Sedláčková

Zpracovala
Lída Kuldová

SOUHRN

Název: Programové komponenty v krasobruslení se zaměřením na spojovací prvky
Program components in figure skating focused on transitions

Cíl práce: Vyhodnocení volných jízd mužů a žen z Mistrovství světa krasobruslení 2009 se zaměřením na spojovací prvky.

Metoda: Použitou metodou je strukturované pozorování. Nepřímo z videozáznamu bylo sledováno 12 volných jízd žen a 14 volných jízd mužů z Mistrovství světa 2009. Byl pozorován pohyb krasobruslaře mezi jednotlivými elementy se zaměřením na spojovací prvky. Na základě předem vytvořených kategorií byla pozorována jejich četnost. Těmito kategoriemi jsou myšleny jednotlivé druhy obrátů, kroků a jiných spojovacích prvků.

Výsledky: Výsledky pozorování osvětlují složení spojovacích prvků v jízdách vrcholových krasobruslařů. Odhalují současnou situaci ve využití různých druhů obrátů, kroků a jiných spojovacích prvků, což může být podnětné, při tvorbě nových závodních jízd.

KLÍČOVÁ SLOVA: spojovací prvky, programové komponenty, krasobruslení

Lída Kuldová, 27.8.2009

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a použila pouze uvedenou literaturu.

Děkuji paní PeaDr.Marii Sedláčkové za cenné rady a metodické vedení mé práce.

OBSAH

1	ÚVOD.....	5
2	TEORETICKÁ VÝCHODISKA PRÁCE.....	6
2.1	SOUTĚŽ JEDNOTLIVCŮ.....	6
2.2	HODNOCENÍ KRASOBRUSLENÍ	7
2.2.1	PROGRAMOVÉ KOMPONENTY	7
3	CÍL PRÁCE	9
4	VĚDECKÁ OTÁZKA	9
4.1	HYPOTÉZA	9
5	ÚKOLY PRÁCE	9
6	METODY PRÁCE.....	10
6.1	KRITÉRIA POZOROVÁNÍ.....	11
7	ODBORNÁ TERMINOLOGIE KRASOBRUSLENÍ.....	13
8	TEORETICKÝ ÚVOD	14
8.1	DEFINICE KROKŮ, OBRATŮ A JINÝCH SPOJOVACÍCH PRVKŮ	14
8.1.1	OBRATY	16
8.1.2	KROKY	17
8.1.3	KOMBINACE KROKŮ A OBRATŮ.....	19
8.1.4	JINÉ.....	20
8.2	HODNOCENÍ PROGRAMOVÝCH KOMPONENTŮ.....	24
9	VÝSLEDKY	31
10	DISKUZE	59
11	ZÁVĚR	62
12	POUŽITÁ LITERATURA	63

1 Úvod

Krasobruslení je bezesporu divácky přitažlivým sportem. Snoubí se tu složky tanečního umění se sportovním výkonem. Chtěla bych se na toto sportovní odvětví podívat z role pozorovatelky, kterou zajímá, z jakých pohybů jsou složeny ty nejlepší programy a současně se také dozvědět něco více o systému hodnocení. Zejména pak o známce za programové komponenty, která je obdobou dříve užívané známky za umělecký dojem a je v krasobruslařském světě tématem mnohých diskuzí a polemik. Výsledkem mojí práce by měly být nové poznatky, které mohou přispět k obohacení těch, kteří se zabývají choreografií krasobruslení. Z pozorování vyplývají i zajímavé informace pro rozhodčí a ty, kteří tvorbou pravidel formují tento jedinečný sport.

2 Teoretická východiska práce

Krasobruslení patří do kategorie esteticko-koordinačních sportů. Podstatou je přesné esteticky dokonalé předvedení obtížné pohybové struktury. (DOVALIL, 2005) Na krasobruslaře jsou kladeny nároky v oblasti koordinace pohybů a na rovnováhu statickou i dynamickou. Od vrcholových sportovců se očekává pohybová kreativita a schopnost expresivity, schopnost vyjádřit hudbu pohybem. To vše se uskutečňuje za předpokladu, že je krasobruslař kondičně připraven, neboť krasobruslení klade nároky na fyzickou připravenost. Uvádí se velká energetická spotřeba při výkonu (2000-5000% nál. BM).

2.1 Soutěž jednotlivců

Soutěže jednotlivců, mužů i žen se skládají z krátkého programu a volné jízdy. Programy jsou určeny pravidly krasobruslení vydávanými Mezinárodní bruslařskou unií (International Skating Union - ISU). Pro národní soutěž jsou ještě vydávána pravidla Českým krasobruslařským svazem (ČKS).

Krátký program (KP) se skládá z požadovaných osmi prvků a dalších spojovacích prvků a pohybů, jejichž pořadí v jízdě je libovolné. Délka programu je maximálně dvě minuty a padesát sekund. Hudební doprovod může být libovolného žánru, avšak vokální hudba se slovy není povolena. V pravidle 510 jsou přímo zmíněny spojovací prvky. Jedním z předepsaných prvků je skok ze spojovacích kroků či jiných srovnatelných pohybů jízdy.

Volná jízda (VJ) by měla být dobře vyváženým programem složeným ze skoků, piruet, krokových variací a ostatních spojovacích prvků nebo pohybů mezi nimi, provedených v souladu s hudbou. Pravidlo 510 také říká, že spojovací prvky by měly být předvedeny s minimální jízdou na dvou nohách. Délka volné jízdy je u mužů určena na čtyři a půl minuty, u žen na čtyři minuty, přičemž platí časová tolerance v rozmezí plus nebo minus deset sekund. Hudební doprovod může být libovolného žánru, avšak vokální hudba se slovy není rovněž povolena. Dobře vyvážená seniorská volná jízda by měla obsahovat osm skokových prvků pro muže a sedm pro ženy, z nichž jeden musí být skok axelového typu. Dále musí obsahovat maximálně 3 piruety; kombinovaná pirueta, pirueta

pouze v jedné pozici a pirueta zahájená skokem. Dále dvě krokové pasáže rozdílného charakteru pro muže, jednu krokovou pasáž a jednu sekvenci spirál pro ženy.

2.2 Hodnocení krasobruslení

Ve snaze eliminovat subjektivní hodnocení a ovlivňování rozhodčích byl na padesátém kongresu ISU schválen nový systém hodnocení (NSH). Od sezóny 2004/2005 byl nahrazen tzv. „šestkový“ systém bodovým systémem, kdy závodníci tak jako v ostatních sportech, mohou vytvářet světové rekordy v nejvyšším bodovém součtu. Základ NSH je založen na součtu bodů dvou hodnocených částí každého programu - bodů za techniku a za komponenty programu a odečtením případných srážek.

2.2.1 Programové komponenty

Dalo by se říci, že známka za umělecký dojem starého hodnotícího systému byla rozčleněna do několika skupin, které tvoří 5 komponent programu. Patří sem bruslařské dovednosti, spojovací prvky, předvedení/provedení, choreografie a interpretace. Nejvyšší možná známka za každý z pěti programových komponentů je 10.00 bodů. Maximální bodový zisk za všech pět komponentů je tedy 50 bodů. Celé body jsou dále rozděleny na čtvrtiny. Znamená to tedy, že rozhodčí může udělit za každý komponent známku od 0.25 bodu do 10.00 bodů v závislosti na předvedeném výkonu. Závažné chyby v programu (např. pády) se projeví především v hodnocení komponentu předvedení.

Body udělené sborem rozhodčích za každý komponent programu jsou získány výpočtem upraveného průměru hodnocení daného komponentu. Body udělené sborem rozhodčích za programové komponenty jsou násobeny následujícími faktory (platí pro juniorské i seniorské kategorie):

Muži:	KP: 1.0	VJ: 2.0
Ženy:	KP: 0.8	VJ: 1.6

Výsledky vynásobené těmito faktory jsou zaokrouhleny na dvě desetinná místa a sečteny. Výsledný součet se nazývá „body za komponenty programu“.

Níže je uvedena stručná charakteristika všech programových komponentů. Spojovacím prvkům se podrobněji věnuji v dalších kapitolách práce.

Bruslařské dovednosti (Skating Skills)

Způsob, který bruslař používá k tomu, aby se pohyboval po ledové ploše. Oceňuje se efektivita pohybu ve vztahu k rychlosti, plynulosti a kvalitě pohybu v hranách.

Spojovací prvky (Transitions)

Jedná se o bruslařské kroky/prvky spojující nosné prvky programu (highlights). Je nutno ocenit různé kroky, pohyby a prvky spojující a zdůrazňující nosné prvky programu tak, aby se staly skutečnou součástí programu a nebyly jen izolovanými prvky. Při hodnocení tohoto komponentu je nutno brát v úvahu i nájezdy do jednotlivých prvků a způsob výjezdů z těchto prvků.

Předvedení/provedení (Performance/Execution)

Hodnocení toho, jak je bruslař schopen působit příjemným dojmem pomocí uvědomělých a úmyslných pohybů těla. Je nutno ocenit schopnost bruslaře demonstrovat správné držení těla, provedení a rovnováhu při předvádění nosných prvků programu.

Choreografie (Choreography)

Hodnocení rozvržení programu ve vztahu k prvkům a jejich spojovacím krokům. Nosné prvky programu (highlights) by měly být rovnoměrně rozloženy po ledové ploše, čímž jsou demonstrovány dovednosti bruslaře. Je nutno ocenit bruslaře využívající celou ledovou plochu a různé úrovně okolního prostoru.

Interpretace (Interpretation)

Využití těla a bruslařských prvků k vyjádření nálady a charakteru vybrané hudby. Je nutno ocenit bruslaře, kteří vyjadřují náladu, emoce a charakter hudby pomocí technických prvků, spojovacích kroků a choreografie zvolených na základě struktury hudby.

3 Cíl práce

Cílem práce je vyhodnocení volných jízd mužů a žen z Mistrovství světa 2009 se zaměřením na spojovací prvky.

4 Vědecká otázka

Z kterých kroků se skládají konkrétní spojovací prvky, které jsou rozhodčími ohodnoceny jako rozmanité, obtížné a složité?

4.1 Hypotéza

- Zařazení náročných kroků a obrátů v rámci spojovacích prvků přispěje ke zvýšení známky za spojovací prvky.

5 Úkoly práce

Abych mohla splnit stanovený cíl, musela jsem řešit tyto úkoly:

1. Sumarizovat dostupné materiály, které pojednávají o choreografii krasobruslení a zejména o spojovacích prvcích. Definovat spojovací prvky (SP).
2. Odpovědět na otázky, co znamenají pojmy, které jsou často používány, když chceme hodnotit kvalitu SP. Co je to: rozmanitost, obtížnost, složitost, promyšlená propojenost SP?
3. Vytvořit kritéria pozorování. Je dostačující současná odborná terminologie krasobruslařských dovedností v českém jazyce? Popis a název ustálených krokových vazeb.

4. Pozorovat soutěžní jízdy žen a mužů na Mistrovství světa 2009. Pozorování a hodnocení výsledků, diskuse.
5. Sumarizace výsledků a vyvození poznatků.

6 Metody práce

Použitou metodou je **strukturované pozorování**. Jedná se o kvantitativně orientovaný výzkum, kdy jsem si předem stanovila druhy jevů, na které své pozorování zaměřím. Bylo potřeba předem připravit záznamový arch, do kterého jsem své pozorování zaznamenávala. „Pozorovatel rozčleňuje pozorovanou realitu na předem stanovené kategorie.“ (GAVORA, 2000) V mém případě jsem rozložila krasobruslařovu pohybovou činnost mezi elementy, tedy jsem se zaměřila na spojovací prvky, konkrétně na tzv. práci nohou. Příkladem kategorie jsou jednotlivé druhy kroků a obrátů. V záznamovém archu jsem vypsala všechny možné pohyby, které krasobruslař může během výkonu předvést. (viz. Tabulka č.1)

Protože vrcholoví bruslaři provádějí pohybové akty v rychlém sledu za sebou, bylo nuto využít **nepřímého pozorování** a volné jízdy sledovat ze záznamu. Pozorování probíhalo tak, že jsem udělala do záznamového archu čárku vždy, kdy se daná kategorie objevila. Použila jsem tedy přirozeného kódování při zaznamenávání **výskytu kategorií**.

Výsledkem pozorování je frekvence každé kategorie za zkoumanou pozorovanou jednotku (volná jízda).

Problematickou se zdála být reliabilita výzkumu. Výzkum tohoto zaměření nebyl doposud prováděn, a proto jsem přesně definovala jednotlivé kategorie tak, aby byly jasně odlišitelné. Před vlastním pozorováním jsem provedla zkušební pozorování a na základě nejasností, které vyvstaly, jsem podrobně vymezila pozorované jevy, které uvádím v následující kapitole.

Výsledky pozorování jsou prezentovány pro každou volnou jízdu zvlášť. Prostřednictvím televize bylo odvysíláno 12 volných jízd žen a 14 volných jízd mužů. V případě, že byl bruslařem/kou předveden před skokem obtížný či neobvyklý nájezd jako spojovací prvek, popsala jsem ho pod výsledkovou tabulku.

Tabulka č.1

body za komponenty programu:			
bruslařské dovednosti		spojovací prvky	předvedení/provedení
choreografie/kompozice		interpretace	
Odras		3	
Překládání vpřed		Br	
Překládání vzad		Lo	
Dvouoporová jízda		Ctr	
Asynchronní vlnovka		Rkr	
Spirálová pozice		Tw	
Dřep zánožný		Ts	
Dřep přednožit		Ch	
Pohyby nohou na místě		Mo	
Pivot		Cho	
Poskok		XR	
Výpad		CE	
Rozjezdový krok přes mohawk		Brzda	
Trojka - vlnovka		Pauza	
Odras za nohou		Měsic	
Mondový odras		Bauer	
Počet druhů SP			

6.1 Kritéria pozorování

Z definice spojovacích prvků vyplývá, že součástí spojovacích prvků jsou nájezdy a výjezdy z technických prvků. To znamená nájezdy a výjezdy ze skoků, piruet, kroků a spirál. Pro mé pozorování jsem si potřebovala určit, kdy začíná a končí technický prvek. To znamená, které kroky a obraty jsou součástí technického prvku a tudíž se do spojovacích prvků nezapočítávají.

Začátek skoku je v momentě, kdy se bruslař/ka odrazí, dopadová pozice v zadním vnějším oblouku skok ukončuje. V případě sekvencí nezapočítávám poskoky mezi těmito skoky do spojovacích prvků.

Pirueta začíná zahájením otáčení kolem svislé osy bruslaře a je ukončena zastavením otáčení, popřípadě výjezdovou pozicí. Odraz do výjezdové pozice nezapočítávám do spojovacích prvků. Klasickým nájezdem do piruety je přechod ze zadní vnitřní hrany pravé nohy do přední vnější hrany levé nohy (u levotočivých). Je to překrok na principu zadního vnitřního otevřeného mohawku. Tento překrok rovněž nezapočítávám do SP.

Při určení zahájení a ukončení krokové sekvence se budu řídit pravidlem o využití ledové plochy. V pravidlech jsou rozlišeny tři druhy kreseb kroků a to kroky po přímce, kruhu a vlnovce. „Kroková sekvence začíná přibližně v jednom rohu ledové plochy a končí poblíž diagonálně protilehlého rohu ledové plochy nebo sleduje dlouhou osu ledové plochy po celé délce (přímka) nebo se jede po uzavřené kružnici nebo po elipse a využívá se celé šíře kluziště (kruh) nebo se začíná na jednom konci ledové plochy, pokračuje se po alespoň dvou hlubokých obloucích, jejichž poloměr odpovídá nejméně polovině šířky kluziště a končí na protilehlém konci ledové plochy (vlnovka).“ (Pravidlo 310)

Základní bruslařské dovednosti jako jsou přeložení, odrazy od nohy, chasse, které bezprostředně předcházejí nebo ukončují krokovou sekvenci, započítávám do spojovacích prvků. Těmito odrazy bruslař/ka získává rychlost, jejich předvedení neslouží primárně ke zvýšení úrovně obtížnosti krokové sekvence.

Sekvence spirál je pravidly určena následovně. „Skládá se převážně ze spirál, které začínají na jednom konci ledové plochy a pokračují v hlubokých obloucích na opačný konec ledové plochy (vlnovka) nebo jízdou po uzavřené kružnici či elipse s využitím celé ledové plochy nebo kombinace dvou těchto obrazců. Musí být provedeny nejméně tři (3) spirálové polohy s nejméně jednou změnou nohy. Spojovací kroky (včetně měsíců a pohybů po dvou nohách s jednou napnutou a druhou pokrčenou nebo „Ina Bauer“), obraty, malé poskoky jsou povoleny v kterémkoliv místě pasáže. S výjimkou těchto odrazů, kroků, obrátů a malých poskoků musí závodník dodržovat převážně váhovou polohu, tzn., že volná noha je výše než boky. Jsou dovoleny variace pozic, držení za koleno nebo za brusli a poloha volné nohy je libovolná.“ (Pravidlo 310) Součástí spojovacích prvků jsou právě tyto odrazy, kroky, obraty mezi jednotlivými spirálovými pozicemi. Charakteristiky, které zvyšují úroveň obtížnosti se započítávají pouze při prvních třech spirálách. V případě, že bruslařka předvede čtvrtou spirálovou pozici, započítávám ji do spojovacích prvků. Odraz

od nohy, který bezprostředně předchází spirálové pozici je její součástí, a tudíž není započítáván do spojovacích prvků.

7 Odborná terminologie krasobruslení

Při popisu pohybů jsem vycházela z názvosloví, které používá Dědič v publikaci Krasobruslení z roku 1979. Zde popisuje cviky povinné jízdy. Volná jízda a krátký program a veškerý pohybový slovník vychází právě z kombinací kroků a obrátů povinné jízdy a dalších pohybů, které často předvedl poprvé zahraniční bruslař a byly po něm pojmenovány, mají tudíž cizojazyčný název. V současné době vychází mnoho materiálů o krasobruslení včetně krasobruslařských pravidel v angličtině, a proto je prospěšné ovládat názvosloví i v anglickém jazyce. Některé pohyby mají v češtině hned několik názvů lišících se v pojmenování cviků trenér od trenéra. Příkladem jsou názvy jako „cibulka“, „buřtík“, „voziček“, „kružítka“ a další. Pro účely této práce bylo nutné jednoznačně pojmenovat a popsat krasobruslařské pohyby a prvky prováděné jako spojovací prvky. Níže jsou uvedeny zkratky použité v této práci. Kroky a obraty popisují v angličtině, neboť se domnívám, že jejich zkratky jsou v současné době na rozdíl od českých více používané.

Anglicky		Česky	
3	three turn	3	trojka
Br	bracket	Pt	protitrojka
Lo	loop	Kl	klička
Ctr	counter	Pz	protizvrat
Rkr	rocker	Z	zvrat
Tw	twizzle	Tw	twizzl
Ts	toe steps	Šp.kr.	špičkové kroky
Ch	chasse	Ch	chasse
Mo	mohawk	Mo	mohawk
Cho	choctaw	Cho	choctaw
XR	cross roll	XR	překřížený protioblouk
CE	change of edge	Vl	vlnovka
F	forward	p	vpřed
B	backward	z	vzad
O	outside	V	ven
I	inside	Do	dovnitř
CL	Change of leg	Odr	Změna jedoucí nohy

8 Teoretický úvod

Důkazem, že kroky jako spojovací prvky nezačaly existovat se zavedením nového systému hodnocení, jsou zmínky o této problematice v české literatuře ze 70. let minulého století. O krocích ve smyslu propojení prvků volné jízdy se zmiňuje již Dědič (DĚDIČ, 1979). Úvádí, že kroky jsou spoje, kterými vážeme části volné jízdy. Bez nich by se volná jízda stala pouze přehlídkou prvků a nemohla by být tím, čím ve skutečnosti být má, to je uměleckým pohybovým projevem. Správně provedené a s hudbou sladěné kroky stmelí volnou jízdu v požadovaný celek. Kroky jsou odvozovány z prvků povinné jízdy a různým způsobem se kombinují.

Dědič si také nepamatoval povšimnout obtížnosti a techniky provedení kroků. Píše, že každý krok má být odrazem bez ohledu na to, je-li to oblouk, vlnovka, obrat nebo klička. Takto technicky prováděné kroky pomohou získat bruslaři v několika okamžicích rychlost, aniž by se musel uchylovat k nejjednoduššímu rozjezdu, tj. překládání. Taková jízda působí lehce, plynule a splňuje i estetické požadavky. Všimá si také nutnosti různého ohodnocení kroků. Podle Dědiče nelze ohodnotit stejně kroky složené převážně z obrátů trojkou a ještě k tomu projížděné stále v jednom směru a kroky protitrojkové, zvrátové, kombinované s vlnovkami a zpestřené přibrzděním nebo pasážemi zajetými na jedné noze.

Dokonce se i zmiňuje o krocích předvedených bezprostředně před skokem, při nájezdu, které je nutno ohodnotit vyšší známkou, zejména byly-li zajety v souladu s hudbou.

8.1 *Definice kroků, obrátů a jiných spojovacích prvků*

Současná definice spojovacích prvků Mezinárodní Bruslařskou Unií zní takto: „Rozmanité a/nebo spleťité kroky, pozice, pohyby a výdrže, které propojují všechny elementy, nosné prvky programu. V kategoriích jednotlivci, páry, synchronizované bruslení jsou do spojovacích prvků zahrnuty nájezdy a výjezdy z technických prvků.“

Spojovací prvky lze podle nejaktuálnějších informací ze semináře o programových komponentách pořádaným ISU (Frankfurt, 2009) rozdělit na čtyři druhy:

- práci nohou,
- bruslařské pohyby,

- pohyby těla,
- skoky, které nejsou zařazené do seznamu elementů.

Rozhodčí svou pozornost zaměřují na tzv. **práci nohou** (z anglického footwork). Je to přesně vymezený způsob otáčení, změny směru jízdy a pohybu po ledě a patří sem obraty, překroky, jízda v hranách. Dále jsou to **bruslařské pohyby**. To jsou měsíce, pozice Ina Bauer, spirálové pozice, kružítko. Bruslařské pohyby, které předcházejí přímo technickému prvku, by měly být rozhodčími patřičně ohodnoceny. **Pohyby těla** jsou další součástí SP, kdy rozhodčí sleduje pohyby paží, hlavy, trupu, končetin a boků. Příkladem **skoků**, které nejsou zařazeny do seznamu elementů (z angl. non-listed elements) jsou roznožka, „motýlek“, poloviční loop, poloviční axel, mazurkový poskok, baletní skoky, vnitřní axel a další.

Rozhodčí při hodnocení spojovacích prvků zohledňují tato kritéria: **rozmanitost, obtížnost, spletnost a kvalitu**. Je těžké jednoznačně definovat tato kritéria. Zmíním zde příklady, které byly uvedeny na semináři o programových komponentech ve Frankfurtu, které mohou být vodítkem při výkladu těchto termínů. Za obtížnější druh obrátů jsou považovány zvraty a protizvraty, než „pouhé“ trojkové obraty. Daleko obtížnější je také současná práce nohou a pohyb částí těla, než odděleně prováděné. Pohybování různými částmi těla najednou je také mnohem obtížnější. Spletný či složitý program by neměl být postaven tak, aby postrádal souvislost či ucelenost. To znamená, že pohyby by měly plynule navazovat na sebe. Pohyby samy o sobě mohou být poměrně jednoduché, avšak vzájemné propojení je učiní spletnými. Příkladem může být složitá kresba, která vznikne navázáním několika trojek za sebou. Pohyby nejsou izolované, každý pohyb vyústí v další. Samostatné předvedení měsíce nemůže být považováno za spletnost SP. Při hodnocení kvality provedení SP se pohlíží na jejich čistotu, jasnost, hladkost a přesnost.

V následující kapitole jsem vyjmenovala a popsala všechny kroky, pozice, pohyby a výdrže, které jsou považovány za spojovací prvky.

Pro moji práci jsem si spojovací prvky rozdělila do tří kategorií: obraty, kroky a jiné. Do kategorie jiné jsem zařadila pohyby na ledě, které jsou základními bruslařskými dovednostmi a nespádají ani do jedné z výše uvedených kategorií. Patří tam také ustálené krokové vazby, které vznikly spojením kroků a obrátů a které získaly svůj vlastní mnohdy lidový název.

Rozdělení spojovacích prvků:

1. **Obraty:** trojka, protitrojka, klička, zvrát, protizvrát, twizzl.
2. **Kroky:** špičkové kroky, chasse, mohawk, choctaw, vlnovka, cross-roll.
3. **Jiné:** odraz vpřed/vzad, překládání vpřed/vzad, dvouoporová jízda, asynchronní vlnovka („cibulka“), spirálová pozice, dřep zánožný („šourák“), dřep přednožit („vozíček“), podřep únožný („výpad stranou“), brzda, pivot („kružítko“), měsíc, Ina Bauer, poskok, pohyby nohou na místě, střihy přes trojku, trojka - vlnovka, odraz za nohou („zašlápnutí“), mondvý odraz, rozjezdový krok přes mohawk.

8.1.1 Obraty

Trojka - **Three Turn (3)**

Obrat prováděný na jedné noze zepředu do zadu (nebo ze zadu dopředu).

Charakterizuje jí změna hrany v obratu z vnější do vnitřní, nebo z vnitřní do vnější hrany. Tělo se přirozeně otáčí ve směru obratu, což zapříčiní, že vrchol obratu směřuje dovnitř oblouku. Bruslař jede i po obratu na stejném oblouku. Mezi nejčastější chyby trojky patří: prosmýknutí a přibrzdění, přeskočení trojky, neprovedeno v hranách.

Protitrojka - **Bracket (Br)**

Obrat prováděný na jedné noze zepředu dozadu (nebo zezadu dopředu).

Charakterizuje jí stejně jako trojku změna hrany v obratu z vnější do vnitřní, nebo z vnitřní do vnější hrany. Rotace těla je proti přirozenému pohybu trupu, což má za následek, že vrchol obratu směřuje ven z oblouku. Bruslař jede před i po obratu na stejném oblouku. Mezi nejčastější chyby protitrojky patří: přeskočení protitrojky, neprovedeno v hranách, změna hrany.

Klička - **Loop (Lo)**

Obrat prováděný na jedné noze, kdy se nemění směr (vpřed, vzad), ani hrana (vnitřní, vnější). Bruslař přitlakem na hranu vykreslí stopu ve tvaru „slzičky“ a vyjede na stejné hraně. Bruslař jede před i po obratu na stejném oblouku. Nejčastější chyby jsou: nesprávný tvar kličky, ztráta rovnováhy při výjezdu z kličky, projetí na zoubcích.

Protizvrat - **Counter (Ctr)**

Obrat prováděný na jedné noze zepředu dozadu, či obráceně. Bruslař si zachová stejnou hranu před a po obratu. Rotace těla je proti přirozenému směru otáčení, což zapříčiní, že vrchol obratu směřuje ven z prvního oblouku. Hrany před a po obratu jsou na rozdílných obloucích majících odlišné zakřivení. Vjezd do oblouku připomíná protitrojku, výjezd je jako trojka. Nejčastější chyby: Změní se hrana před dosažením vrcholu obratu a tím pádem je provedena trojka. Provedeno na ploše brusle, přeskočení, prosmýknutí, přibrzdění obratu, změna hrany.

Zvrat - **Rocker (Rkr)**

Obrat prováděný na jedné noze zepředu dozadu, či obráceně. Bruslař si zachová stejnou hranu před a po obratu. Rotace těla je ve směru přirozeného otáčení, což zapříčiní, že vrchol obratu směřuje dovnitř prvního oblouku. Vjezd do oblouku připomíná trojku, výjezd je jako protitrojka. Nejčastější chyby: Změní se hrana před dosažením vrcholu obratu a tím pádem je provedena trojka. Provedeno na ploše brusle, přeskočení, prosmýknutí, přibrzdění obratu, změna hrany.

Twizzle (Tw)

Obrat, při němž bruslař cestuje po ledě. Je prováděn s jednou a více rotacemi. Musí být proveden rychlou rotací bez přerušení. Za twizzle nemůže být považována série kontrolovaných trojkových obrátů, protože je to přerušovaná akce. Váha těla spočívá na jedoucí noze, volná noha je během otáčení v jakékoliv pozici. Může být proveden vzad/vpřed, dovnitř/ven na obou nohách. Nejčastější chyby: Provedeno jako dvojtrojka nebo jako cestující trojky. Provedeno jako pirueta - rotace je provedena na jednom místě, není provedeno na jedné noze, vypadnutí z otáčení, dotyk volné nohy.

8.1.2 Kroky

Špičkové kroky - **Toe Steps (Ts)**

Jsou jakékoliv kroky prováděné na zoubcích bruslí.

Přísun - Chasse (Ch)

Série po sobě následujících hran (obvykle vnější, vnitřní, vnější) při druhém kroku je brusle nadzvednuta tak, že je paralelní s ledem.

Mohawk (Mo)

Překrok z jízdy vpřed do jízdy vzad (nebo z jízdy vzad do jízdy vpřed) z jedné nohy na druhou, kdy výjezdový oblouk je pokračováním prvního oblouku. Změna nohy je vždy z vnitřní do vnitřní, nebo z vnější do vnější hrany. Může být proveden jako otevřený (volná noha je vedena před nohu jedoucí před změnou) uzavřený (volná noha je vedena a umístěna za nohu jedoucí před změnou) a nebo ve formě mondového překroku (volná noha je při změně nohy umístěna patou k patě jedoucí, provádí se ve vnitřní hraně).

Choctaw (Cho)

Překrok z jízdy vpřed do jízdy vzad (nebo z jízdy vzad do jízdy vpřed) z jedné nohy na druhou. Výjezdový oblouk je v opačném směru než první oblouk. Změna nohy je z vnitřní do vnější nebo z vnější do vnitřní. Těsně před změnou nohy je volná noha umístěna těsně k noze jedoucí.

Cross Rolls (XR)

Cross roll začíná pohybem volné nohy vpřed přibližující se k jedoucí noze ze strany. Volná noha je položena na led téměř v pravém úhlu k noze jedoucí. Odraz je proveden z vnější hrany, jakmile se volná noha stane nohou jedoucí. V tomto případě změna oblouku se změnou nohy vytváří valivý pohyb. Volnou nohu bruslař překříží vpředu a to buď pod kolenem, nebo nad kolenem jedoucí nohy. Tato dvě provedení se odlišují hloubkou oblouku a délkou trvání nasazeného oblouku. Dalším způsobem křížení je za patou jedoucí nohy, kdy dojde ke křížení v oblasti kotníků bruslaře.

Vlnovka - Curves with Change of Edge (CE)

Bruslař setrvává na jedné noze a provádí změnu hrany. Směr jízdy se nemění. Může být provedena dovnitř nebo ven.

8.1.3 Kombinace kroků a obrátů

Střihy přes trojku:

Tento krok se skládá z trojky vpřed ven na levé - přenesení váhy na pravou nohu, (podřep úložný levou) - přeložení vzad ven, pravá noha přes - nasazení do jízdy vpřed zadním vnitřním choctawem na pravé noze. Krok se obdobně provádí i z druhé nohy.

Trojka - vlnovka:

Tento krok je podobný střihu přes trojku s tím rozdílem, že po trojce se namísto podřepu úložného provede vlnovka a volná noha se rovnou překříží přes nohu a provede se přeložení vzad.

Odraz za nohou („zašlápnutí“):

Tento odraz může být bruslařem prováděn bezprostředně po dokončení výjezdového oblouku ať z piruety tak hlavně ze skoku. Skládá se z dokončení výjezdového oblouku na vnější hraně - současně je provedena vlnovka z vnější do vnitřní hrany a odraz volné nohy přeložením vzad - následuje buď choctawový překrok do jízdy vpřed, nebo bruslař setrvává v jízdě vzad a provede obyčejný odraz od nohy vzad.

Mondový odraz:

Je prováděn při jízdě vpřed, skládá se z těchto pohybů: přeložení pravou přes - krátký odraz pravou nohou po ledě - krátký mond, levá noha vpředu, dojde k přetočení trupu a změně jedoucího oblouku - výjezd na levé noze na počátečním oblouku. Často je pokračováno prostým překládáním vpřed.

Rozjezdový krok přes Mohawk:

Bruslař provede přední vnitřní mohawk, poté úkrok stranou a nasazení na nový oblouk a současně přeložení vzad.

8.1.4 Jiné

Odraz vpřed/vzad

Je to nejzákladnější způsob zisku rychlosti a tím pohybu po ledě. Když se provádí střídavě na obě nohy, nazývá se jízda vpřed/vzad. Při jízdě vpřed bruslař nasadí na vnější hranu, z které plynule přejde do vnitřní, následuje přenesení váhy na druhou nohu a k odrazu vnitřní hranou od nohy. Při jízdě vzad je to obdobné s tím rozdílem, že se nasazuje na vnitřní hranu.

Překládání vpřed/vzad

Bruslař jede střídavě na jedné noze na vnější a na druhé noze na vnitřní hraně na jednom oblouku. Změnu jedoucí nohy provádí překřížením volné nohy před tělem. Používá se k zisku rychlosti bruslaře při jízdě v oblouku, jako základní a nejjednodušší spojovací prvek.

Dvouoporová jízda:

Váha bruslaře je rovnoměrně rozložena na obou bruslích. Bruslař se pohybuje na dvou nohách a bezprostředně nedojde k odrazu a skluzu na jedné noze. Vyskytuje se nejčastěji v nájezdové fázi skoku, při jízdě vpřed i vzad. Postavení nohou se také může lišit (stoj spojný, zkřížený, rozkročný, podřep zánožný,...).

Asynchronní vlnovka („cibulka“):

Bruslař provede roznožení a odraz oběma vnitřními hranami najednou při jízdě vpřed i vzad.

Spirálová pozice:

Někdy je jako spojovací prvek, nebo jako součást nájezdu či výjezdu z prvku zařazena spirálová pozice. „Za spirálu se považuje poloha na jedné brusli, kdy volná noha bruslaře (včetně kolena a chodidla) je výše než bok. Spirálové polohy jsou klasifikovány podle nohy, na které jsou prováděny (pravá, levá), dále podle hrany (vnější, vnitřní), směru provedení (vpřed, vzad) a polohy volné nohy (zanožení, přednožení, unožení).“

Dřep zánožný („šourák“):

Jedoucí noha je hluboce pokrčena v koleni, volná noha je v zanožení položena na ledě a je zpravidla vytočená a propnutá. Je možno provést vzad i vpřed.

Dřep přednožit („vozíček“):

Bruslař jede v pozici dřep přednožit, volná noha je zvednuta nad ledem. Je prováděno jak v jízdě vpřed tak i vzad.

Podřep únožný („výpad stranou“):

Bruslař provede nasazení do dalšího oblouku ve vzdálenosti odpovídající stojí rozkročnému. Obvykle v této pozici setrvá a provede krátkou výdrž v pozici.

Zastavení z jízdy – brzda:

Bruslař může zastavit z jízdy vpřed i vzad několika způsoby. Nejčastějšími způsoby zastavení je brzda přivrát, oboustranným přivrát a brzda do T. Vždy, kdy se brusle pohybuje po ledě smýkavým pohybem, se jedná o jistý druh brzdění.

Pivot („kružítka“):

Je to pohyb na místě, kdy jedna brusle je zapíchnutá zoubkem do ledu, druhá noha vykresluje na hraně oblouk okolo tohoto středu otáčení. Pivot se provádí ve čtyřech variantách: přední vnitřní a vnější pivot a zadní vnitřní a vnější pivot.

Měsíc:

Je to otevřená pozice, kdy je bruslařova váha rovnoměrně rozložena na obou nohách. Je charakteristický otevřenou pozicí, kdy bruslař jede na oblouku se špičkami od sebe, kolena jsou propnutá. Rozlišujeme vnitřní a vnější měsíc.

Ina Bauer:

Tato pozice je podobná měsíci s tím rozdílem, že přední noha je pokrčena, zatímco zadní zůstává propnutá a zanoží se. Přední noha jede ve vnější hraně, zadní noha ve vnitřní.

Poskok:

Bruslař za použití zoubků či pouze z hrany odrazí od ledu a není ve styku s ledem žádnou částí těla. Ve vzduchu může provést obrat kolem své osy. V krátkém programu se

nesmí otočit o více než 360°. Nejznámějšími poskoky jsou: „koníček“, mazurkový poskok, baletní poskok, poloviční flip poskok, euler, poloviční lutz poskok, kadet, walley.

Pohyby nohou na místě:

Bruslař se pohybuje na místě. Kroky, které předvádí, nejsou zařaditelné do žádné z výše uvedených skupin. Příkladem může být pohyb, kdy jedna brusle je zoubky fixována na jednom místě a druhá noha se pohybuje vpřed do výpadu a zpět. Dále obě brusle jsou v kontaktu s ledovou plochou a bruslař střídavě přednožuje a zanožuje.

Střihy přes trojku:

Tento krok se skládá z trojky vpřed ven na levé - přenesení váhy na pravou nohu, (podřep únožný levou) - přeložení vzad ven, pravá noha přes - nasazení do jízdy vpřed zadním vnitřním choctawem na pravé noze. Krok se obdobně provádí i z druhé nohy.

Trojka - vlnovka:

Tento krok je podobný střihu přes trojku s tím rozdílem, že po trojce se namísto podřepu únožného provede vlnovka a volná noha se rovnou překříží přes nohu a provede se přeložení vzad.

Odraz za nohou („zašlápnutí“):

Tento odraz může být bruslařem prováděn bezprostředně po dokončení výjezdového oblouku ať z piruety tak hlavně ze skoku. Skládá se z dokončení výjezdového oblouku na vnější hraně - současně je provedena vlnovka z vnější do vnitřní hrany a odraz volné nohy přeložením vzad - následuje buď choctawový překrok do jízdy vpřed, nebo bruslař setrvá v jízdě vzad a provede obyčejný odraz od nohy vzad.

Mondový odraz:

Je prováděn při jízdě vpřed, skládá se z těchto pohybů: přeložení pravou přes - krátký odraz pravou nohou po ledě - krátký mond levá noha vpředu, dojde k přetočení trupu a změně jedoucího oblouku - výjezd na levé noze na počátečním oblouku. Často je pokračováno prostým překládáním vpřed.

Rozjezdový krok přes Mohawk:

Bruslař provede přední vnitřní mohawk, poté úkrok stranou a nasazení na nový oblouk a současně přeložení vzad.

8.2 Hodnocení programových komponentů

Jak již bylo řečeno, rozhodčí při hodnocení SP pohlíží na rozmanitost, obtížnost, spletnost a kvalitu jejich provedení. V současné době se pracuje na vymezení těchto pojmů. ISU byla postavena před otázky typu, co to znamená rozmanitost, obtížnost, spletnost? Neexistují jednoznačná vodítka, jak vypadají spojovací kroky, které by měly být ohodnoceny například jako průměrné. Vlastně se i těžko odpovídá na otázku, jak vypadají průměrné spojovací prvky. Následující dvě tabulky, kterými se řídí rozhodčí při hodnocení a trenéři či choreografové při sestavování závodního programu, zobrazují kritéria, která jsou brána v potaz. Záměrně uvádím popis všech programových komponentů, protože je jasné, že všechny spolu souvisí. Má-li bruslař problémy s technikou bruslení, musí se to projevit i na známce za spojovací prvky a předvedení. Interpretace ovlivní celkové vyznění choreografie a naopak.

Tabulka č.3 popisuje jednotlivé stupně hodnocení programových komponentů v souvislosti, jak se procentuelně vyskytují a jak lze výkon slovně ohodnotit.

O konkrétní popis jednotlivých stupňů ohodnocení programových komponent se snaží „průvodce hodnocením programových komponent pro originální a volný tanec“ z roku 2008 (Tabulka č.4), který lze v anglickém originále vyhledat na stránkách Amerického krasobruslařského svazu . Je sice určen pro rozhodčí tanců na ledě, ale vyskytují se zde i užitečné informace, které lze vztáhnout i na soutěžní kategorii jednotlivci.

Tabulka č.2

BRUSLAŘSKÉ DOVEDNOSTI (Skating Skills)	SPOJOVACÍ PRVKY (Technical Transitions)	PŘEDVEDENÍ /PROVEDENÍ (Performance/ Execution)	CHOREOGRAFIE/ KOMPOZICE (Choreography/Composition)	INTERPRETACE (Interpretation/Timing)
<ul style="list-style-type: none"> • rovnováha a rytmická práce kolen, přesnost práce nohou • lehkost skluzu • čistota a jistota pohybu v hlubokých hranách, krocích, obratech • energie a zrychlení • zvládnutí bruslení ve více směrech • zvládnutí bruslení na jedné noze • vyrovnané zvládnutí techniky u obou partnerů a provedení ve vzájemném souladu a jednotnosti (páry, tance na ledě) • pokrytí ledové plochy (povinné tance) 	<ul style="list-style-type: none"> • rozmanitost • obtížnost • složitost, komplikovanost • kvalita (včetně souladu partnerů v párovém bruslení a tancích na ledě) • vyrovnanost předvedení prvků u obou partnerů (páry, tance na ledě) • rozmanitost tanečního držení (nežádoucí je takové předvedení, kdy partneři jezdí převážně vedle sebe a drží se za ruce) 	<ul style="list-style-type: none"> • fyzické, emotivní, intelektuální vcítění • provedení • styl a individualita / osobnost • srozumitelnost pohybů • rozmanitost a kontrast • ztvárnění představy • soulad a „jednotnost“ (páry, tance na ledě) • vyváženost v předvedení u obou partnerů (páry, tance na ledě) • uvědomělé sdílení prostoru oběma partnery – vzdálenost mezi nimi, zvládnutí změn držení (páry, tance na ledě) 	<ul style="list-style-type: none"> • záměr (idea, koncept, vize) • proporcionálnost (rovnoměrné rozložení prvků) • jednotnost (účelná a záměrná propojenost a návaznost) • využití osobního a celkového prostoru • rozvržení skladby a pokrytí ledové plochy • frázování a forma (pohyby a části strukturovány tak, aby odpovídaly hudebním frázím) • originalita a účel pohybů a ztvárnění • sdílení odpovědnosti za realizaci záměru (páry, tance na ledě) 	<ul style="list-style-type: none"> • lehkost pohybu v souladu s hudbou • vyjádření stylu, charakteru a rytmu hudby • umění vyjádřit hudební nuance • vztah mezi partnery vyjadřující charakter hudby (páry, tance na ledě) • vhodnost a přiměřenost hudby (originální a volný tanec) • bruslení do rytmu hudby (volný tanec)

Tabulka č. 3

<i>Pozoruhodné</i>	10	
<i>Vynikající</i>	9	
<i>Velmi dobré</i>	8	<i>Přibližně 75%</i>
<i>Dobré</i>	7	
<i>Nadprůměrné</i>	6	
<i>Průměrné</i>	5	<i>Přibližně 50%</i>
<i>Příjemné</i>	4	
<i>Slabé</i>	3	<i>Přibližně 25%</i>
<i>Chabé, žalostné</i>	2	
<i>Velice žalostné</i>	1	

Tabulka č. 4

Bodový rozsah	Charakteristiky pro bruslařské dovednosti	Charakteristiky pro spojovací kroky/pohyby	Charakteristiky pro předvedení	Charakteristiky pro choreografii	Charakteristiky pro interpretaci/časování
10.0-9.25 Pozoruhodné	<ul style="list-style-type: none"> – Hluboké hrany, tiché, jisté a lehké bruslení bez úsilí – Hluboká kolena fluidní práce – Elegantní a precizní kroky/obraty – neznatelné užití všech směrů bruslení – zrychlení bez úsilí – velký počet dovedností pro oba 	<ul style="list-style-type: none"> – Obtížné, fascinující, rozmanitá síť oblouků/kroků/obratů/výdrží pro oba – Jeden pohyb plynule přechází v další – Nápaditá kresba a oblouky 	<ul style="list-style-type: none"> – Pár se pohybuje jako jeden, nádherné souznění – Elegantní/kultivovaný styl – Vybrané držení těla a končetin – Precizní předvedení pohyby těla – Okouzlující – Výjimečná exprese k publiku, nebo k sobě navzájem (vyžaduje-li hudba) 	<ul style="list-style-type: none"> – Široké spektrum kroků, pohybů a požadovaných prvků v souznění s hudbou – Důmyslné využití hudby/prostoru/symetrie – Pohyby, výrazné pasáže, které utkví v paměti diváků – Plynulá změna tempa, která je neznatelně začleněna – Naprosté sdílení osobního a veřejného prostoru 	<ul style="list-style-type: none"> – Bruslaři/hudba/nuance jako jeden – „ze srdce“ – Široké spektrum geniálních pohybů/gest – Bruslaři jsou po celou dobu programu „v roli“ – Výjimečná schopnost vystupovat jako jeden a reflektovat hudbu/téma – Jedinečné a srozumitelné vyjádření stylu a charakteru hudby
9.00-8.25 Vynikající	<ul style="list-style-type: none"> – silná, jistá, fluidní jízda v hranách – měkká práce kolen – stylové, precizní, zajímavé, elegantní kroky/obraty – snadné zrychlení i v průběhu obtížných kroků – vždy využití všech směrů – široký záběr dovedností 	<ul style="list-style-type: none"> – Obtížné, rozmanité sekvence oblouků/kroků/obratů/výdrží po celou dobu – Jeden pohyb snadno přechází v další – Lepší pokrytí plochy 	<ul style="list-style-type: none"> – Koordinované pohyby – excelentně zapadající – Nádherné držení a linie – Změna obtížných držení provedena bez úsilí – Důrazná projekce 	<ul style="list-style-type: none"> – Kvalitní choreografie – jasně srozumitelná – Rozmanitost inovativních pohybů, které rozvíjí téma – Změna tempa je lehce začleněna – Excelentní využití hudby/prostoru/symetrie 	<ul style="list-style-type: none"> – Bruslaři s muzikou splynou – vnitřní motivace – Spektrum zajímavých pohybů/gest – Excelentní schopnost vystupovat jako jeden a reflektovat hudbu/téma – Excelentní a srozumitelné vyjádření stylu a charakteru hudby
8.00-7.25 Velmi dobré	<ul style="list-style-type: none"> – silná, jistá, sebejistá jízda v hranách – pružná práce kolen – vybroušené a čisté kroky/obraty – velmi dobré užití všech směrů – schopnost snadno zrychlit 	<ul style="list-style-type: none"> – Rozmanitost a komplexnost kresby kroků/obratů/výdrží pro oba – Fluidní a záměrné přechody z jednoho pohybu do druhého – Rozmanité užití držení v čelním postavení partnerů 	<ul style="list-style-type: none"> – Nenuceně se pohybují jako pár – Snadné provedení změn v držení – Výborné držení a linie – Oba vyjadřují po většinu času 	<ul style="list-style-type: none"> – Zajímavé pohyby odvozené z tématu – Velmi dobré využití hudby/prostoru/symetrie – Soulád bruslařů ve vyjádření hudby, obsah – Směřováno do všech stran okolo ledové plochy 	<ul style="list-style-type: none"> – Integrace bruslení a hudby – velice dobrá vnitřní motivace – Bruslaři jsou „v roli“ 75% programu – Velmi dobrý partnerský vztah – Velmi dobré a srozumitelné vyjádření charakteru a stylu hudby

	<ul style="list-style-type: none"> – široké pole dovedností 75% času pro oba 				
7.00-6.25 Dobré	<ul style="list-style-type: none"> – Obstojná, jistá jízda v hranách – Dobrá práce kolen – Různorodost kroků/obratů prováděná 75% času oběma partnery – Snadný zisk a udržení rychlosti a skluzu – Dobrý rozsah dovedností 	<ul style="list-style-type: none"> – Obtížnost a rozmanitost oblouků/kroků/obratů 75% času pro oba – Minimální užití překládání, běhu – Občasné přerušení plynulého pohybu – Rozmanitá držení s převládajícím čelním držení 	<ul style="list-style-type: none"> – Dobré souznění páru po 75% času – Dobrá pozice těla a končetin, dobré držení – Oba jsou schopni vyjadřovat 75% času 	<ul style="list-style-type: none"> – Kombinace známých a některých zajímavých, kreativních pohybů, které využívají efektivně rytmus – Dobré střídání rychlosti bruslení v souladu s hudbou – Dobré rozmístění „vrcholných prvků“ programu – Kreativní nájezdy do elementů – Velmi dobré užití kresby na ledové ploše 	<ul style="list-style-type: none"> – Bruslení dobře pasuje s hudbou – Charakteristické pohyby ze 75% programu – Bruslaři jsou schopni si s muzikou hrát – Kontakt mezi partnery ze 75% času – Dobré a srozumitelné vyjádření charakteru a stylu hudby
6.00-5.25 Nadprůměrné	<ul style="list-style-type: none"> – Mírně jistá jízda v hranách – Nějaká různorodost v práci kolene, krocích/obratech – Rovnoměrná rychlost a skluz v průběhu – Nadprůměrný rozsah dovedností pro oba 	<ul style="list-style-type: none"> – Série rozmanitých oblouků/kroků/obratů/výdrží pro oba – Omezené užití překládání a běhu – Nadprůměrné využití jízdy v držení, hodně v čelním držení 	<ul style="list-style-type: none"> – Souznění je zřídka narušeno – Nadprůměrné držení/linie s občasným narušením – Příjemné linie těla a končetin – Rozdílná dovednost vyjádřit, ale oba jsou schopni 	<ul style="list-style-type: none"> – Rozmanité pohyby často odpovídající tématu a hudbě – „Vrcholné“ prvky dobře rozmístěné, avšak umístěny převážně na jednu stranu – Zajímavá kompozice – Nadprůměrné využití změny rytmu – Nadprůměrné využití kresby na ledové ploše – Rozmanitost rychlosti dle hudby 	<ul style="list-style-type: none"> – Jemný rozdíl v motivaci pohybu – Nadprůměrné vyjádření akcentů a nuancí v hudbě – Nadprůměrné vyjádření rytmu nebo tématu – Nadprůměrné emocionální propojení s hudbou – Přiměřený kontakt mezi partnery
5.00-4.25 Průměr	<ul style="list-style-type: none"> – Mělká jízda v hranách s různorodou kvalitou práce kolene – Průměrný rozsah kroků/obratů, změna směru prováděná 50% času – Dovednostní úroveň podobná schopnostem – Stálá rychlost a skluz po 50% času 	<ul style="list-style-type: none"> – Stejně využití jednoduchosti a složitosti – Jeden z partnerů má pasáže s jednoduchými kroky – Rozmanité držení s občasným čelním držením 	<ul style="list-style-type: none"> – Souznění je občas narušeno – Držení/linie – proměnlivé, povětšinou příjemné pozice – Obstojná linie těla a končetin – Pouze jeden vyjadřuje nebo oba 50% času 	<ul style="list-style-type: none"> – Program dobře koresponduje s hudbou – Elementy jsou všeobecně dobře rozmístěny, avšak někdy více prováděné na jedné straně kluziště 	<ul style="list-style-type: none"> – Bruslení do hudby s minimálními výjimkami – Některé pohyby mají vnitřní motivaci – Průměrné vyjádření akcentů a nuancí v hudbě – Správné a srozumitelné vyjádření stylu a charakteru hudby – Kontakt mezi partnery 50% času

4.00-3.25 Uspokojivé	<ul style="list-style-type: none"> Nějaké mělké hrany Omezená práce kolen – občas ztuhlá kolena Pár kroků/obratů – schopnost bruslit všemi směry jednoduchými obraty a některými obtížnými Rozmanité dovednosti obou, občas se odlišují od úrovně schopností Chybí plynulý pohyb – nějaké změny v rychlosti 	<ul style="list-style-type: none"> Nějaké základní oblouky/kroky Nějaké jednoduché obraty/výdrže Jeden partner předvádí obtížné prvky, druhý jede na dvou nohách Malé užití čelního držení 	<ul style="list-style-type: none"> Proměnlivé souznění Proměnlivé linie těla a končetin/držení Relativně stabilní držení Pouze jeden z partnerů vyjadřuje 50% nebo oba občasně 	<ul style="list-style-type: none"> Některé izolované pohyby, které jsou v souladu s hudbou/tématem Hudba je pozadím pro obtížné elementy Často jsou pohyby orientovány na rozhodčí Racionální rozmístění prvků na ploše 	<ul style="list-style-type: none"> Některé pohyby mají vnitřní motivaci, avšak často se zdají být bez významu Odpovídající jasné vyjádření hudby ale „vypadávání“ z role Nějaký partnerský kontakt
3.00-3.25 Slabé	<ul style="list-style-type: none"> Krátká a slabá jízda v hranách, jízda na obou hranách Bez síly – odraz zoubkem nebo široké nasazování více než 75% času Pár kroků/obratů – bruslení ve všech směrech v jednoduchých obratech Proměnlivé dovednosti, jeden je slabší 	<ul style="list-style-type: none"> Často se vyskytují základní oblouky a kroky, přílišné užití překládání Jednoduché obraty/pozice/výdrže Jeden partner provádí obtížné pohyby a druhý jede na dvou nohách 75% času Časté držení ruku v ruce nebo bok po boku, minimální užití čelního postavení 	<ul style="list-style-type: none"> Nedůsledné držení, narušení souznění Slabé držení těla a končetin/pozice Omezená schopnost vyjádření – oba opatrní 	<ul style="list-style-type: none"> Některé pohyby se zdá, že nejsou v souladu s hudbou/tématem – minimální vzat programu a hudby Nedostatek změny rytmu Program je orientován na rozhodčí 	<ul style="list-style-type: none"> Slabé vyjádření akcentů a nuancí Příležitostný partnerský kontakt Pohyby bez vnitřní motivace
2.00-1.25 Chabé, žalostné	<ul style="list-style-type: none"> Krátké a ubohé kroky/hrany Pomalá, neplynulá jízda – odrazy zoubky Pár kroků/obratů – většinou v jednom směru Minimální změna rychlosti Chudé dovednosti s jedním „neseným“ 	<ul style="list-style-type: none"> Převládá překládání jednoduché pozice/obraty Mnoho pasáží pouze v držení ruka v ruce nebo bok po boku 	<ul style="list-style-type: none"> Úsilí, zápas v držení Žádné souznění, jednotnost Žalostné pozice těla a končetin/držení Velmi omezená schopnost vyjadřovat 	<ul style="list-style-type: none"> Mnoho pohybů se jeví v nesouladu s hudbou Téměř žádný vztah mezi programem a hudbou Převážně je program orientován na rozhodčí Rozložení prvků postrádá soudržnost Monotónní 	<ul style="list-style-type: none"> Neodpovídající dynamika Pohyby se zdají být bez vztahu k rytmu/hudbě Malý nebo žádný partnerský kontakt

1.00-0 Velice žalostné	<ul style="list-style-type: none"> – Velmi chudé kroky, chvějící se jízda – Většinou jízda na dvou nohách pro oba – Nekontrolované pohyby – Zápas s kroky/obraty povětšinou v jednom směru – Slabé dovednosti, klopýtání – Nemožnost získat rychlost 	<ul style="list-style-type: none"> – Základní jízda a žalostné pozice v průběhu – Občas se objeví jízda v hraně a kresba se skládá z rovných linií – Převládá držení ruka v ruce nebo bok po boku 	<ul style="list-style-type: none"> – Nestabilní držení, nekontrolovatelnost v páru – Velice žalostné pozice těla a končetin/držení – Chybí schopnost vyjádření – oba jsou zaměstnání provedením pohybu 	<ul style="list-style-type: none"> – Většina pohybů se nejeví souladu s hudbou – Celý program je směřován k rozhodčím – Umístění pohybů je nahodilé – Některá místa na ledové ploše jsou nevyužita, časté užití přímých linií nebo bruslení podél bariéry 	<ul style="list-style-type: none"> – Postrádající dynamiku – Isolovaná a náhodná gesta bez vztahu k hudbě/charakteru/nuancím/akcentům – Žádný partnerský kontakt – dva sóloví bruslaři vedle sebe
---	--	--	---	---	--

9 Výsledky

1. Yu – Na KIM

KOR

body za komponenty programu:	68.40		
bruslařské dovednosti 8.50	spojovací prvky 8.25	předvedení/provedení 8.70	
choreografie/kompozice 8.60	interpretace 8.70		
Odraz	11	3	14
Přeložení vpřed	18	Br	—
Přeložení vzad	25	Lo	—
Dvouoporová jízda	6	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	—
Spirálová pozice	—	Tw	—
Dřep zánožný	1	Ts	2
Dřep přednožit	—	Ch	11
Pohyby nohou na místě	—	Mo	16
Pivot	4	Cho	5
Poskok	—	XR	2
Výpad	2	CE	11
Rozjezdový krok přes mohawk	—	Brzda	1
Trojka - vlnovka	—	Pauza	1
Odraz za nohou	3	Měsíc	—
Mondový odraz	—	Bauer	3
Počet druhů SP	17		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Pozice Ina Bauer (levá noha vpředu) – 2Axel

2. Miki ANDO

JPN

body za komponenty programu:	63.92		
bruslařské dovednosti 7.95	spojovací prvky 7.65	předvedení/provedení 8.15	
choreografie/kompozice 8.05	interpretace 8.15		
Odras	10	3	11
Přeložení vpřed	8	Br	—
Přeložení vzad	24	Lo	—
Dvouoporová jízda	8	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	—
Spirálová pozice	—	Tw	1
Dřep zánožný	—	Ts	2
Dřep přednožit	—	Ch	6
Pohyby nohou na místě	3	Mo	29
Pivot	1	Cho	5
Poskok	—	XR	1
Výpad	3	CE	3
Rozjezdový krok přes mohawk	3	Brzda	—
Trojka - vlnovka	—	Pauza	1
Odras za nohou	3	Měsíc	1
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	18		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Přední vnější Choctaw na pravé noze, se swingem, otevřený – 3Salchow

3. Joannie ROCHETTE

CAN

body za komponenty programu:	62.8		
bruslařské dovednosti 7.70	spojovací prvky 7.65	předvedení/provedení 7.80	
choreografie/kompozice 8.05	interpretace 8.05		
Odraz	12	3	17
Přeložení vpřed	18	Br	—
Přeložení vzad	21	Lo	—
Dvouoporová jízda	6	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	1
Spirálová pozice	—	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	1
Dřep přednožit	—	Ch	8
Pohyby nohou na místě	—	Mo	18
Pivot	—	Cho	4
Poskok	7	XR	5
Výpad	1	CE	10
Rozjezdový krok přes mohawk		Brzda	1
Trojka - vlnovka	—	Pauza	2
Odraz za nohou	6	Měsíc	1
Mondový odraz	—	Bauer	1
Počet druhů SP	19		

4. Mao ASADA

JPN

body za komponenty programu:	62.88		
bruslařské dovednosti 8.10	spojovací prvky 7.55	předvedení/provedení 7.90	
choreografie/kompozice 7.80	interpretace 9.95		
Odráz	15	3	14
Přeložení vpřed	14	Br	—
Přeložení vzad	24	Lo	—
Dvouoporová jízda	7	Ctr	1
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	1
Spirálová pozice	—	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	1
Dřep přednožit	—	Ch	11
Pohyby nohou na místě	1	Mo	25
Pivot	—	Cho	9
Poskok	—	XR	—
Výpad	2	CE	2
Rozjezdový krok přes mohawk	2	Brzda	1
Trojka - vlnovka	—	Pauza	3
Odráz za nohou	2	Měsíc	1
Mondový odraz	—	Bauer	1
Počet druhů SP	20		

5. Rachael FLATT

USA

body za komponenty programu:	54.80		
bruslařské dovednosti 6.95	spojovací prvky 6.60	předvedení/provedení 7.00	
choreografie/kompozice 6.80	interpretace 7.90		
Odras	8	3	14
Přeložení vpřed	16	Br	—
Přeložení vzad	30	Lo	—
Dvouoporová jízda	8	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	—
Spirálová pozice	1	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	3
Dřep přednožit	—	Ch	3
Pohyby nohou na místě	1	Mo	20
Pivot	—	Cho	8
Poskok	—	XR	5
Výpad	3	CE	6
Rozjezdový krok přes mohawk	2	Brzda	—
Trojka - vlnovka	—	Pauza	1
Odras za nohou	2	Měsíc	2
Mondový odraz	—	Bauer	3
Počet druhů SP	19		

6. Alena LEONOVA

RUS

body za komponenty programu:	53.20		
bruslařské dovednosti 6.75	spojovací prvky 6.30	předvedení/provedení 6.75	
choreografie/kompozice 6.75	interpretace 6.70		
Odras	11	3	23
Přeložení vpřed	7	Br	—
Přeložení vzad	29	Lo	—
Dvouoporová jízda	1	Ctr	1
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	3
Spirálová pozice	1	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	4
Dřep přednožit	—	Ch	9
Pohyby nohou na místě	—	Mo	13
Pivot	—	Cho	9
Poskok	8	XR	5
Výpad	2	CE	10
Rozjezdový krok přes mohawk	1	Brzda	—
Trojka - vlnovka	—	Pauza	—
Odras za nohou	1	Měsíc	—
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	17		

7. Laura LEPISTÖ

FIN

body za komponenty programu:	58.32		
bruslařské dovednosti 7.35	spojovací prvky 7.05	předvedení/provedení 7.30	
choreografie/kompozice 7.35	interpretace 7.40		
Odras	12	3	24
Přeložení vpřed	4	Br	—
Přeložení vzad	25	Lo	1
Dvouoporová jízda	4	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	1
Spirálová pozice	1	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	—
Dřep přednožit	—	Ch	11
Pohyby nohou na místě	—	Mo	17
Pivot	—	Cho	4
Poskok	4	XR	4
Výpad	3	CE	6
Rozjezdový krok přes mohawk	—	Brzda	—
Trojka - vlnovka	—	Pauza	3
Odras za nohou	4	Měsíc	—
Mondový odraz	1	Bauer	—
Počet druhů SP	18		

8. Alissa CZISNY

USA

body za komponenty programu:	52.64		
bruslařské dovednosti 6.60	spojovací prvky 6.20	předvedení/provedení 6.80	
choreografie/kompozice 6.60	interpretace 6.70		
Odráz	12	3	11
Přeložení vpřed	12	Br	—
Přeložení vzad	25	Lo	—
Dvouoporová jízda	4	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	1
Spirálová pozice	—	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	2
Dřep přednožit	—	Ch	12
Pohyby nohou na místě	—	Mo	18
Pivot	1	Cho	11
Poskok	2	XR	1
Výpad	2	CE	—
Rozjezdový krok přes mohawk	1	Brzda	1
Trojka - vlnovka	—	Pauza	1
Odráz za nohou	5	Měsíc	—
Mondový odráz	—	Bauer	2
Počet druhů SP	19		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Dvojtrojky následované v rychlém sledu za sebou (4 trojky, zahájené zadní vnější trojkou na odrazové noze) – 3 Loop

10. Sarah MEIER

SUI

body za komponenty programu:	54.64		
bruslařské dovednosti 6.75	spojovací prvky 6.50	předvedení/provedení 6.85	
choreografie/kompozice 7.00	interpretace 7.05		
Odras	4	3	14
Přeložení vpřed	10	Br	—
Přeložení vzad	29	Lo	—
Dvouoporová jízda	6	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	—
Spirálová pozice	—	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	—
Dřep přednožit	—	Ch	10
Pohyby nohou na místě	1	Mo	18
Pivot	1	Cho	6
Poskok	2	XR	2
Výpad	3	CE	8
Rozjezdový krok přes mohawk	—	Brzda	2
Trojka - vlnovka	—	Pauza	—
Odras za nohou	2	Měsíc	—
Mondový odraz	3	Bauer	—
Počet druhů SP	17		

11. Elene GEDEVANISHVHIVILI

GEO

body za komponenty programu:	53.52		
bruslařské dovednosti 6.75	spojovací prvky 6.40	předvedení/provedení 6.75	
choreografie/kompozice 6.65	interpretace 6.90		
Odras	8	3	20
Přeložení vpřed	18	Br	1
Přeložení vzad	26	Lo	—
Dvouoporová jízda	7	Ctr	1
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	1
Spirálová pozice	1	Tw	2
Dřep zánožný	—	Ts	1
Dřep přednožit	—	Ch	13
Pohyby nohou na místě	1	Mo	19
Pivot	—	Cho	6
Poskok	2	XR	3
Výpad	5	CE	—
Rozjezdový krok přes mohawk	—	Brzda	1
Trojka - vlnovka	—	Pauza	—
Odras za nohou	4	Měsíc	—
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	20		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Přední vnější zvras na levé noze – 3 Lutz

12. Susanna PÖYKIÖ

FIN

body za komponenty programu:	52.72		
bruslařské dovednosti 6.70	spojovací prvky 6.40	předvedení/provedení 6.60	
choreografie/kompozice 6.70	interpretace 6.55		
Odras	10	3	24
Přeložení vpřed	6	Br	1
Přeložení vzad	33	Lo	—
Dvouoporová jízda	4	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	3
Spirálová pozice	—	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	2
Dřep přednožit	—	Ch	1
Pohyby nohou na místě	1	Mo	9
Pivot	—	Cho	14
Poskok	4	XR	4
Výpad	6	CE	10
Rozjezdový krok přes mohawk	—	Brzda	—
Trojka - vlnovka	—	Pauza	1
Odras za nohou	3	Měsíc	—
Mondový odraz	—	Bauer	1
Počet druhů SP	19		

15. Carolina COSTNER

ITA

body za komponenty programu:	58.48		
bruslařské dovednosti 7.40	spojovací prvky 7.05	předvedení/provedení 7.15	
choreografie/kompozice 7.45	interpretace 7.50		
Odras	13	3	21
Přeložení vpřed	7	Br	—
Přeložení vzad	41	Lo	—
Dvouoporová jízda	13	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	1
Spirálová pozice	—	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	2
Dřep přednožit	—	Ch	6
Pohyby nohou na místě	1	Mo	18
Pivot	—	Cho	7
Poskok	1	XR	—
Výpad	—	CE	7
Rozjezdový krok přes mohawk	—	Brzda	1
Trojka - vlnovka	—	Pauza	1
Odras za nohou	4	Měsíc	1
Mondový odraz	—	Bauer	2
Počet druhů SP	18		

1. Evan LYSACEK

USA

body za komponenty programu:	79.00		
bruslařské dovednosti 7.70	spojovací prvky 7.70	předvedení/provedení 8.10	
choreografie/kompozice 7.90	interpretace 8.10		
Odraz	4	3	26
Přeložení vpřed	8	Br	—
Přeložení vzad	40	Lo	—
Dvouoporová jízda	7	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	1	Rkr	—
Spirálová pozice	3	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	1
Dřep přednožit	—	Ch	13
Pohyby nohou na místě	1	Mo	27
Pivot	—	Cho	5
Poskok	2	XR	2
Výpad	2	CE	4
Rozjezdový krok přes mohawk	—	Brzda	2
Trojka - vlnovka	—	Pauza	—
Odraz za nohou	10	Měsíc	4
Mondový odraz	—	Bauer	1
Počet druhů SP	20		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Vnější měsíc (levá noha vpředu) – přední vnější mohawk na levé noze, uzavřený – cross levou vpředu – oblouk pravá vzad ven – 3 Lutz
- Spirálová pozice (zanožení) na pravé vzad ven – vlnovka – dvojtrojka na levé noze vzad dovnitř – 3 Flip
- Spirálová pozice (přednožení) na pravé vzad ven – přeložení vzad levou přes – vlnovka do zadního vnějšího oblouku na levé – 3 Lutz

2. Patric CHAN

CAN

body za komponenty programu:	76.10		
bruslařské dovednosti 7.70	spojovací prvky 7.45	předvedení/provedení 7.60	
choreografie/kompozice 7.70	interpretace 7.60		
Odraz	12	3	22
Přeložení vpřed	25	Br	—
Přeložení vzad	22	Lo	—
Dvouoporová jízda	6	Ctr	1
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	5
Spirálová pozice	—	Tw	—
Dřep zánožný	1	Ts	1
Dřep přednožit	—	Ch	7
Pohyby nohou na místě	1	Mo	25
Pivot	1	Cho	9
Poskok	8	XR	8
Výpad	2	CE	7
Rozjezdový krok přes mohawk	—	Brzda	1
Trojka - vlnovka	—	Pauza	1
Odraz za nohou	5	Měsíc	3
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	22		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Přední vnější zvrat na pravé – cross levou přes do zadního vnějšího oblouku na levé noze – 3 Lutz
- Přední vnější zvrat na pravé – dvouoporová jízda, váha těla přenesena na pravou nohu vzad ven – 2 Loop
- Výskok a obrat o 360° z asynchronní vlnovky vzad, dopad oblouk vzad ven na levé – vlnovka – volley – zadní vnější choctaw na pravé, přední vnitřní choctaw na levé („okénko“) – cross levou přes do zadního vnějšího oblouku na levé – Lutz
- Přední vnější zvrat na pravé – 2 Axel

3. Brian JOUBERT

FRA

body za komponenty programu:	76.80		
bruslařské dovednosti 7.80	spojovací prvky 7.50	předvedení/provedení 7.65	
choreografie/kompozice 7.70	interpretace 7.75		
Odraz	14	3	10
Přeložení vpřed	17	Br	—
Přeložení vzad	25	Lo	—
Dvouoporová jízda	12	Ctr	1
Asynchronní vlnovka	3	Rkr	5
Spirálová pozice	—	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	1
Dřep přednožit	—	Ch	13
Pohyby nohou na místě	—	Mo	28
Pivot	—	Cho	9
Poskok	2	XR	2
Výpad	2	CE	6
Rozjezdový krok přes mohawk	1	Brzda	1
Trojka - vlnovka	—	Pauza	2
Odraz za nohou	5	Měsíc	3
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	21		

4. Tomáš VERNER

CZE

body za komponenty programu:	76.00		
bruslařské dovednosti 7.65	spojovací prvky 7.45	předvedení/provedení 7.60	
choreografie/kompozice 7.60	interpretace 7.70		
Odráz	9	3	15
Přeložení vpřed	15	Br	—
Přeložení vzad	26	Lo	1
Dvouoporová jízda	13	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	3
Spirálová pozice	—	Tw	1
Dřep zánožný	3	Ts	3
Dřep přednožit	—	Ch	4
Pohyby nohou na místě	1	Mo	30
Pivot	—	Cho	7
Poskok	3	XR	4
Výpad	3	CE	6
Rozjezdový krok přes mohawk	—	Brzda	4
Trojka - vlnovka	—	Pauza	3
Odráz za nohou	3	Měsíc	—
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	21		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Oblouk vpřed dovnitř na levé noze – cross vzadu za patou nohy jedoucí do oblouku vpřed ven na pravé – zvrát před ven na pravé – 3 Axel

5. Samuel CONTESTI

ITA

body za komponenty programu:	74.80		
bruslařské dovednosti 7.30	spojovací prvky 7.15	předvedení/provedení 7.60	
choreografie/kompozice 7.55	interpretace 7.80		
Odráz	9	3	22
Přeložení vpřed	17	Br	—
Přeložení vzad	15	Lo	1
Dvouoporová jízda	6	Ctr	2
Asynchronní vlnovka	3	Rkr	1
Spirálová pozice	—	Tw	1
Dřep zánožný	—	Ts	2
Dřep přednožit	—	Ch	10
Pohyby nohou na místě	2	Mo	18
Pivot	1	Cho	7
Poskok	4	XR	2
Výpad	4	CE	2
Rozjezdový krok přes mohawk	1	Brzda	2
Trojka - vlnovka	—	Pauza	3
Odráz za nohou	3	Měsíc	2
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	25		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Zadní vnější choctaw na pravé, přední vnitřní choctaw na levé („okénko“ 2×) – cross levou přes do zadního vnějšího oblouku na levé noze – 3 Lutz

6. Denis TEN

KAZ

body za komponenty programu:	65.00		
bruslařské dovednosti 6.65	spojovací prvky 6.20	předvedení/provedení 6.65	
choreografie/kompozice 6.55	interpretace 6.45		
Odras	2	3	26
Přeložení vpřed	9	Br	—
Přeložení vzad	31	Lo	2
Dvouoporová jízda	8	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	—
Spirálová pozice	1	Tw	1
Dřep zánožný	—	Ts	1
Dřep přednožit	—	Ch	8
Pohyby nohou na místě	—	Mo	22
Pivot	2	Cho	13
Poskok	2	XR	4
Výpad	6	CE	3
Rozjezdový krok přes mohawk	1	Brzda	—
Trojka - vlnovka	—	Pauza	2
Odras za nohou	8	Měsíc	—
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	20		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Přední vnější trojka na pravé noze – cross levou přes do zadního vnějšího oblouku na levé noze – 3 Lutz
- Dvojtrojky následované v rychlém sledu za sebou (5 trojek, zahájené přední vnější trojkou na odrazové noze) – 3 Loop

7. Takahiko KOZUKA

JPN

body za komponenty programu:	70.60		
bruslařské dovednosti 7.35	spojovací prvky 6.90	předvedení/provedení 7.10	
choreografie/kompozice 7.05	interpretace 6.90		
Odráz	17	3	20
Přeložení vpřed	11	Br	—
Přeložení vzad	33	Lo	—
Dvouoporová jízda	4	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	1
Spirálová pozice	1	Tw	—
Dřep záložný	—	Ts	1
Dřep přednožit	—	Ch	8
Pohyby nohou na místě	2	Mo	21
Pivot	—	Cho	6
Poskok	5	XR	4
Výpad	2	CE	6
Rozjezdový krok přes mohawk	—	Brzda	3
Trojka - vlnovka	—	Pauza	—
Odráz za nohou	6	Měsíc	—
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	18		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Spirálová pozice (zanožení) vzad ven na pravé – 2 Axel
- Vnější měsíc (pravá noha vpředu) – přenesení váhy na levou nohu, oblouk vzad ven na levé – vlnovka – 3 Salchow
- Vnější měsíc (levá noha vpředu) – přenesení váhy na levou nohu, přední vnější mohawk na levé, uzavřený – 2 Loop

8. Nobunari ODA

JPN

body za komponenty programu:	69.40		
bruslařské dovednosti 7.30	spojovací prvky 6.55	předvedení/provedení 7.00	
choreografie/kompozice 7.90	interpretace 6.95		
Odráz	11	3	13
Přeložení vpřed	19	Br	—
Přeložení vzad	26	Lo	—
Dvouoporová jízda	6	Ctr	1
Asynchronní vlnovka	2	Rkr	2
Spirálová pozice	1	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	1
Dřep přednožit	—	Ch	7
Pohyby nohou na místě	—	Mo	29
Pivot	—	Cho	5
Poskok	—	XR	—
Výpad	—	CE	11
Rozjezdový krok přes mohawk	3	Brzda	1
Trojka - vlnovka	—	Pauza	1
Odráz za nohou	4	Měsíc	4
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	19		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Přední vnější mohawk na levé noze, uzavřený – 3 Loop

10. Jeremy ABBOTT

CAN

body za komponenty programu:	72.50		
bruslařské dovednosti 7.25	spojovací prvky 7.10	předvedení/provedení 7.15	
choreografie/kompozice 7.35	interpretace 7.40		
Odras	9	3	25
Přeložení vpřed	12	Br	—
Přeložení vzad	20	Lo	1
Dvouoporová jízda	7	Ctr	1
Asynchronní vlnovka	2	Rkr	1
Spirálová pozice	1	Tw	—
Dřep zánožný	2	Ts	2
Dřep přednožit	—	Ch	8
Pohyby nohou na místě	2	Mo	22
Pivot	1	Cho	7
Poskok	4	XR	7
Výpad	4	CE	13
Rozjezdový krok přes mohawk	1	Brzda	1
Trojka - vlnovka	—	Pauza	2
Odras za nohou	3	Měsíc	4
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	26		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Oblouk vzad ven na levé – výskok a dopad na levou – protizvrat vzad ven na pravé – přední vnější trojka na pravé – 3 Flip
- Choctaw na levé před ven, uzavřený – zadní vnitřní dvojtrojka na levé noze – vlnovka – zadní vnější oblouk na pravé – 2 Axel

10. Vaughn CHIPEUR

CAN

body za komponenty programu:	64.90		
bruslařské dovednosti 6.85	spojovací prvky 6.25	předvedení/provedení 6.45	
choreografie/kompozice 6.50		interpretace 6.40	
Odras	9	3	13
Přeložení vpřed	34	Br	1
Přeložení vzad	24	Lo	—
Dvouoporová jízda	5	Ctr	1
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	1
Spirálová pozice	—	Tw	1
Dřep zánožný	1	Ts	2
Dřep přednožit	—	Ch	7
Pohyby nohou na místě	2	Mo	26
Pivot	1	Cho	4
Poskok	8	XR	5
Výpad	4	CE	7
Rozjezdový krok přes mohawk	—	Brzda	2
Trojka - vlnovka	—	Pauza	1
Odras za nohou	2	Měsíc	1
Mondový odraz	—	Bauer	1
Počet druhů SP	25		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Zadní vnější oblouk na levé noze – cross pravá přes – cross levá přes do zadního vnějšího oblouku na levé noze – vlnovka – 3 Salchow
- Přední vnější protizvrat na levé noze – 3 Lutz

13. Brandon MROZ

USA

body za komponenty programu:	65.20		
bruslařské dovednosti 6.65	spojovací prvky 6.35	předvedení/provedení 6.45	
choreografie/kompozice 6.55	interpretace 6.60		
Odras	15	3	26
Přeložení vpřed	7	Br	—
Přeložení vzad	28	Lo	—
Dvouoporová jízda	11	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	—
Spirálová pozice	—	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	1
Dřep přednožit	—	Ch	9
Pohyby nohou na místě	1	Mo	28
Pivot	1	Cho	8
Poskok	1	XR	4
Výpad	3	CE	8
Rozjezdový krok přes mohawk	1	Brzda	2
Trojka - vlnovka	—	Pauza	1
Odras za nohou	8	Měsíc	4
Mondový odraz	—	Bauer	3
Počet druhů SP	21		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Vnější měsíc levá vpřed – přenesení váhy na levou nohu – 2 Axel
- Zadní vnitřní dvojtrojka na levé noze – změna nohy jedoucí z levé na pravou – 3 Loop

14. Sergei VORONOV

RUS

body za komponenty programu:	63.80		
bruslařské dovednosti 6.55	spojovací prvky 6.10	předvedení/provedení 6.45	
choreografie/kompozice 6.45		interpretace 6.35	
Odras	11	3	18
Přeložení vpřed	13	Br	1
Přeložení vzad	22	Lo	2
Dvouoporová jízda	9	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	1
Spirálová pozice	1	Tw	1
Dřep zánožný	1	Ts	4
Dřep přednožit	—	Ch	9
Pohyby nohou na místě	1	Mo	23
Pivot	1	Cho	8
Poskok	3	XR	2
Výpad	3	CE	9
Rozjezdový krok přes mohawk	2	Brzda	3
Trojka - vlnovka	—	Pauza	3
Odras za nohou	2	Měsíc	2
Mondový odraz	—	Bauer	1
Počet druhů SP	27		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Dvojtrojka vpřed ven na levé noze (3 trojky) – 3 Flip
- Přední vnější mohawk na levé noze, uzavřený – 3 Loop

10. Yannick PONSERO

FRA

body za komponenty programu:	64.30		
bruslařské dovednosti 6.65	spojovací prvky 6.15	předvedení/provedení 6.45	
choreografie/kompozice 6.45	interpretace 6.45		
Odráz	16	3	32
Přeložení vpřed	15	Br	—
Přeložení vzad	24	Lo	—
Dvouoporová jízda	11	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	—
Spirálová pozice	—	Tw	—
Dřep zánožný	—	Ts	3
Dřep přednožit	—	Ch	10
Pohyby nohou na místě	—	Mo	28
Pivot	—	Cho	13
Poskok	3	XR	1
Výpad	4	CE	8
Rozjezdový krok přes mohawk	1	Brzda	3
Trojka - vlnovka	—	Pauza	1
Odráz za nohou	5	Měsíc	3
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	18		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Zadní vnější choctaw na levé noze – přední vnitřní choctaw na pravé noze („okénko“) – 3 Lutz

18. Adrian SCHULTHEISS

SWE

body za komponenty programu:	57.60		
bruslařské dovednosti 5.95	spojovací prvky 5.50	předvedení/provedení 5.80	
choreografie/kompozice 5.75	interpretace 5.80		
Odras	15	3	33
Přeložení vpřed	8	Br	—
Přeložení vzad	22	Lo	—
Dvouoporová jízda	5	Ctr	—
Asynchronní vlnovka	—	Rkr	—
Spirálová pozice	—	Tw	1
Dřep zánožný	2	Ts	—
Dřep přednožit	—	Ch	5
Pohyby nohou na místě	—	Mo	17
Pivot	—	Cho	9
Poskok	2	XR	7
Výpad	6	CE	1
Rozjezdový krok přes mohawk		Brzda	4
Trojka - vlnovka	—	Pauza	3
Odras za nohou	7	Měsíc	3
Mondový odraz	—	Bauer	—
Počet druhů SP	18		

Obtížný/neobvyklý nájezd:

- Oblouk vpřed ven na pravé noze – oblouk vpřed ven na levé noze – přední vnější mohawk na levé noze, uzavřený – cross levá přes - zadní vnější oblouk na levé noze – 3 Lutz

ČETNOST - ženy

SP	výskyt		pořadí výskytu
	suma	%	
Odraz	126	7,8	5
Přeložení vpřed	138	8,6	4
Přeložení vzad	332	20,7	1
Dvouoporová jízda	74	4,6	8
Asynchronní vlnovka	—	—	—
Spirálová pozice	4	0,3	21
Dřep zánožný	1	0,07	24
Dřep přednožit	—	—	—
Pohyby nohou na místě	9	0,6	17
Pivot	7	0,4	19
Poskok	30	1,9	12
Výpad	32	2	11
Rozjezdový krok přes Mo	9	0,6	17
Trojka - vlnovka	—	—	—
Odraz za nohou	39	2,4	10
Mondový odraz	3	0,2	22
3	207	12,9	3
Br	2	0,1	23
Lo	3	0,2	22
Ctr	3	0,2	22
Rkr	11	0,7	16
Tw	3	0,2	22
Ts	20	1,3	13
Ch	101	6,3	6
Mo	220	13,7	2
Cho	88	5,5	7
XR	32	2	11
CE	73	4,5	9
Brzda	8	0,5	18
Pauza	14	0,9	14
Měsíc	6	0,4	20
Bauer	13	0,8	15

ČETNOST - muži

SP	výskyt		pořadí výskytu
	suma	%	
Odras	122	6,4	5
Přeložení vpřed	187	9,9	4
Přeložení vzad	312	16,5	1
Dvouoporová jízda	94	5	7
Asynchronní vlnovka	11	0,6	19
Spirálová pozice	8	0,4	29
Dřep zánožný	8	0,4	29
Dřep přednožit	—	—	—
Pohyby nohou na místě	13	0,7	18
Pivot	8	0,4	29
Poskok	42	2,2	12
Výpad	35	1,9	13
Rozjezdový krok přes Mo	10	0,5	20
Trojka - vlnovka	—	—	—
Odras za nohou	59	3,1	10
Mondový odras	—	—	—
3	236	12,5	3
Br	2	0,1	33
Lo	7	0,4	30
Ctr	7	0,4	30
Rkr	20	1,1	16
Tw	5	0,3	32
Ts	20	1,1	16
Ch	103	5,4	6
Mo	299	15,8	2
Cho	88	4,7	8
XR	44	2,3	11
CE	82	4,3	9
Brzda	22	1,2	15
Pauza	19	1	17
Měsíc	27	1,4	14
Bauer	6	0,3	31

10 Diskuze

Z pozorování vyplynulo, že nejvíce se vyskytujícím prvkem u mužů i žen je prosté překládání vzad, následuje obrat pomocí mohawku a třetím nejčastějším spojovacím prvkem je trojkový obrat. Jsou to prvky, které patří spíše k těm technicky méně náročným, slouží k zisku rychlosti při nájezdu na prvek, či k rychlé změně směru jízdy. Nejméně častými spojovacími kroky byly: protizvrat, protitrojka, klička. Vysvětlením může být obtížnost provedení těchto obrátů sama o sobě. A navíc rychlost, s jakou se dnešní krasobruslaři pohybují na ledě, také znesnadňuje jisté a čisté provedení těchto obrátů.

U velké části pozorovaných bruslařů bylo užito široké škály spojovacích prvků. V jízdách bylo v hojné míře užíváno bruslařských pohybů, jako jsou měsíce, Ina Bauer, poskoky, pivoty, brzdy, pohyby nohou na místě, atd.

V pořadí výskytu se na předním místě umístila i dvouoporová jízda. Ač to nebylo předmětem mého pozorování, u většiny bruslařů jsou důvodem užití dvouoporové jízdy současné pohyby horní poloviny těla zejména paží a hlavy. Diváková pozornost je záměrně odváděna na sledování pohybu právě horní poloviny, kdy se bruslař snaží vyjádřit hudbu, či záměr choreografie. Je zřejmé, že současný pohyb dolních končetin, nebo alespoň jízda na jedné noze se současným pohybem horní poloviny těla je obtížnější a tudíž by to mělo být rozhodčími oceněno. Vidím zde prostor pro zvýšení známky za spojovací prvky.

Chtěla bych se zmínit o častém použití tzv. odrazu za nohou. Někteří bruslaři na místo dlouhého výjezdového oblouku provedou odraz za nohou a tím si napomáhají k zastavení ještě rotujícího těla. Podle mého názoru to souvisí s prováděním rotační techniky skoků. Pouze někteří bruslaři používají techniku skoku se zbrzděnou rotací a mají tudíž menší problémy rotaci zastavit a jsou schopni předvést dlouhý výjezdový oblouk vzad ven. K mému překvapení se vícekrát objevil tento odraz v kategorii mužů.

Co se týče obtížných/neobvyklých nájezdů na skoky, více se objevily ve volných jízdách mužů. Pro kategorii žen jsou typické klasické nájezdy na skoky a tudíž menší riziko pokažení prvku. Velice efektním a na první pohled rozpoznatelným zajímavými nájezdy byly zejména ty, které byly prováděny na jedné noze. Byly často složeny z vlnovek, trojek a zvrátů. Nejvíce jich předvedli kanadští bruslaři, kteří jsou známí svou vynikající bruslařskou technikou.

Neobjevila jsem téměř žádnou souvislost mezi předvedením obtížných kroků, obrátů v rámci spojovacích prvků a navýšením známky za tento programový komponent. Hypotéza se tedy nepotvrdila a vysvětlení se nabízí hned několik. Mé pozorování bylo

zaměřeno pouze na práci nohou a bruslařské pohyby. Vynechala jsem pohyby těla, což mohlo výslednou známku za spojovací prvky ovlivnit. Jiným vysvětlením je fakt, že rozhodčí nejsou schopni veškeré spojovací prvky sledovat a potom spravedlivě ohodnotit. Rozhodčí musí sledovat tolik jevů najednou, že je až nepředstavitelné, že je to možné. Ohodnotit předvedení každého elementu, zanalyzovat jak krasobruslař ovládá techniku bruslení, všimnout si jaké spojovací prvky předvádí, zda jeho jízda působí dobrým dojmem, jaká je jeho choreografie a jak se mu daří interpretovat charakter hudby se zdá být příliš úkolů na jednoho člověka. Nikdy jsem nebyla v roli rozhodčího a velice mě zajímalo, jak se s těmito úkoly vypořádávají. Z rozhovoru s mezinárodní rozhodčí paní Tauchmanovou vyplynulo spousta zajímavých informací, které však nezní příliš pozitivně pro celý krasobruslařský svět. Na mezinárodních soutěžích jsou rozhodčí nuceni se vejít svojí známkou do tzv. koridoru, což je 1,5 bodu nahoru a 1,5 bodu dolů od průměrné známky. Což je podle mého názoru velmi svazující a omezující. Rozhodčí je ovlivněn při hodnocení strachem a není tímto pravidlem podněcován k opravdovému vyjádření svého názoru.

Tyto nedostatky, které vyvstaly se zavedením nového systému hodnocení, se snaží ISU odstraňovat. Snaží se vytvářet vodítka pro rozhodčí, avšak konečného výsledku stále nebylo dosaženo, protože vždy naráží na jistou nedefinovatelnost. Krasobruslení je ve finální podobě pohybovým uměním a jak chceme jasně určit, co je hezčí, lepší, když je to čistě individuální záležitost. Každého osloví něco jiného, neboť máme každý jinou životní zkušenost. Jako řešení větší objektivizace hodnocení mě napadá, že by panel rozhodčích hodnotících programové komponenty měl být sestaven z odborníků z jednotlivých oborů, kteří by sledovali pouze jeden programový komponent. Bruslařské dovednosti by hodnotil člověk, který rozumí technice bruslení. Spojovací prvky by mohl pozorovat odborník tanců na ledě. Choreografii by mohl sledovat choreograf, který by nemusel být choreografem krasobruslení, ale tance. Dále by v porotě seděl tanečník-hudebník, který by se vyjádřil k interpretaci bruslaře. Je to jistý návrh, jsem si však jistá, že při bližším zkoumání se zde objeví spousta nejasností a prostoru pro neobjektivní hodnocení.

Souhrn poznatků

- K rozmanitosti a využití bruslení ve všech směrech by mohlo napomoci užití různých druhů obrátů a překroků. Jak vyplynulo z pozorování velice častým způsobem obrátu je trojka. Bruslař změní směr jízdy, ale nedojde ke změně oblouku jako například při užití zvratu, nebo protizvratu. Zařazení těchto obtížnějších obrátů (zvrat, protizvrat, protitrojka) může programu přidat na jeho

zajímavosti, obtížnosti a rozmanitosti. Nemluvě o tom, že zvládnutí těchto obrátů se pozitivně odrazí i v technice bruslení a skoků.

- Užití různých druhů překroků. Nejčastějším překrokem je mohawk, kdy bruslař změnil směr, jedoucí nohu ale nikoliv oblouk. K zajímavé překvapivé kresbě přispěje zařazení choctaw překroku, kdy dojde i ke změně oblouku. Existuje několik variací jak překrok předvést. Je to kombinace těchto charakteristik: vpřed/vzad, dovnitř/ven, otevřený/uzavřený, se švihem a bez svihu volné nohy.
- Mít na mysli jak široký „pohybový slovník“ nám krasobruslení nabízí. Být kreativní a nebát se použít různé typy obrátů, překroků při vytváření nové jízdy, tak aby působila jako celek a vyhovovala závodníkovi. Rozhodčí by měli být schopni si této rozmanitosti povšimnout a ocenit ji při hodnocení spojovacích prvků.
- Prostému překládání se nevyhneme a tak by se mělo objevit na obě strany vzad i vpřed.
- Pro nižších věkových kategorií a bruslaře s nedostatečnou technikou bruslení zařazovat takové spojovací prvky, aby odpovídaly jejich úrovni. Současně se hodnotí i kvalita a zajímavé a spletité kroky se dají vytvořit i s pomocí jednoduchých kroků a obrátů. Jednoduché kroky provedené v souznění s hudbou zanechají lepší dojem, nežli kroky složené z obtížných pohybů, kdy je na bruslaři vidět, že s nimi tzv. bojuje.
- Sestavování nové jízdy začínat od nohou nahoru. Je potom jasný směr pohybu na ledě a jeho umístění v prostoru. Práce na pohybu trupu, paží a expresi ponechat až na konec, kdy je práce nohou sestavena. Výjimkou je situace, kdy hudba přímo vybízí k vyjádření určitým pohybem, závodník nejdříve pracuje na finálním vyjádření, dříve než je ustanovena práce nohou.

11 Závěr

Na počátku této diplomové práce jsem měla spoustu otázek a nevyjasněných představ jak sepíšu ucelený text na téma spojovací prvky v krasobruslení. Bylo nutné vyhledat dostupné informační zdroje, kterých je na toto téma jen pomálu. Hledala jsem zejména v oblastech programových komponent a choreografie krasobruslení.

Dalším krokem bylo vymezení a popis pohybů, které krasobruslař na ledě provádí. V současné době neexistuje ucelený popis, a proto jsem se o to pokusila a vytvořila si svůj systém, který se odvíjí od pohybů dolních končetin. Pohyb bruslaře je určen tím, na které noze, hraně jede a jakým směrem. Nemůžeme se vyhnout popisu vztahu bruslař - led. Bruslař se dotýká ledu prostřednictvím svých bruslí, a proto nám napomáhá k popisu pohybu bruslaře stopa, kterou na ledě zanechává.

Pozorování vrcholných jízd nejlepších krasobruslařů světa mě znalostně obohatilo. Výsledky pozorování jsem prezentovala v číselných údajích, protože tak jsem se domnívala, že se i druzí mohou dozvědět více. Výsledkem mojí práce jsou tedy poznatky, které jsem získala při zpracovávání tohoto tématu. Byla bych velice ráda, kdyby obohatily čtenáře a tím částečně přispěly k poodhalení některých tajemství, které nám krasobruslení skrývá.

12 Použitá literatura

- DĚDIČ, J. (1979). *Krasobruslení, povinná a volná jízda jednotlivců*. Praha: Olympia.
- DOVALIL, J. a kol. (2005). *Výkon a trénink ve sportu*. Praha: Olympia
- GAVORA, P. (2000). *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido.
- HRÁZSKÁ, G. (2006). *Krasobruslení: škola bruslení, choreografie, pravidla*. Praha: Grada.
- KERRIGAN, N. (2003). *Artistry on ice, Figure skating skills and style*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- SHULMAN, C. (2001). *The complete book of figure skating*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- <http://www.usfigureskating.org/content/0809markingguide-odfd.pdf> [cit. 2008-12-2].
- ISU (2008) *Speciální a technická pravidla: jednotlivci, sportovní dvojice a tance na ledě*. <http://www.isu.org/vsite/vfile/page/fileurl/0,11040,4844-191593-208816-140518-0-file,00.pdf> [cit. 2009-9-1].